

KOSTENLOSER SCHNUPPERKURS

Easy Fight - „Samurai Kids“

FÜR KINDER VON 5-8 JAHREN

Workshop, 90 Min.

Mittwoch, 28.10.2015, 16:30 - 18:00 Uhr

Leitung: Stefan Maultzsch, Dipl. Sportmanager und Kampfkunstlehrer

In diesem Kurs werden Kinder zwischen 5-8 Jahren spielerisch an Elemente aus verschiedenen Kampfkunsttechniken herangeführt. Die Entwicklung von Körper- und Selbstwahrnehmung, sowie Sozialkompetenz, sind ein wichtiger Aspekt des Trainings.

Das Training im Raum und am Boden, wie unter anderem Kräftigungs- und Dehnungsübungen, dienen der Verbesserung der Beweglichkeit und der körperlichen Präsenz. Außerdem erhalten die Kinder die Möglichkeit, angestaute Aggressionen, oder auch unbewusste Widerstände, bzw. Stress abzubauen. Altersgerecht wird den Kindern Disziplin und Verantwortungsbewusstsein vermittelt.

Dieser Workshop ist auch als Einladung und als erste kostenfreie Probestunde gedacht, für den gleichnamigen, noch in Planung stehenden Kurs, **Easy Fight - „Samurai Kids“, mittwochs, 17:00 - 18:00 Uhr, 60 Min.**

Dieser Kurs, der ebenfalls von Stefan Maultzsch geleitet wird, kann einerseits als Vorbereitung auf den spezialisierten Kampfkunstunterricht besucht werden, oder als bewegungsorientierter Ausgleich zu Schule und Alltag.

Janna Schimka & Jasmin Ungemach GbR

Uhlandstraße 7

68167 Mannheim

Telefon: 0621 - 981 81 28

E-Mail: info@matrakala.de

www.matrakala.de

ZEITGENÖSSISCHER TANZ

KLASSISCHER TANZ

YOGA

MARTIAL ARTS

KÖRPERARBEIT

Für Kinder und Erwachsene